

**C**ontinental<sup>®</sup>  
E l e c t r i c

**INSTRUCTION MANUAL**



**HEALTHY GRILL**

**MODEL:  
CE29111**

## INSTRUCTION MANUAL

Dear customer,

Please read these Operating Instructions through carefully before connecting your device to the mains, in order to avoid damage due to incorrect use. Please pay particular attention to the safety information. If you pass the device on to a third party, these Operating Instructions must also be handed over.

## SAFETY INFORMATION

- Incorrect operation and improper use can damage the appliance and cause injury to the user.
- The appliance may be used only for its intended purpose. No responsibility can be taken for any possible damage caused through incorrect use or improper handling.
- Before connecting the appliance to the power source, check that the current and power match those given on the rating plate.
- Do not put the appliance or the plug in water or any other liquid. However should the appliance accidentally fall into water, unplug the appliance immediately and have it checked by a qualified person before using it again. **Non-observance could cause a fatal electric shock!**
- Never attempt to open the housing yourself.
- Do not place any kind of object into the inside of the housing.
- Do not use the appliance with wet hands, on a damp floor or when the appliance itself is wet.
- Do not touch the plug with wet or damp hands.
- Check the cord and the plug regularly for any possible damage. If the cord or plug is damaged, it must be replaced by the manufacturer or a qualified person in order to avoid a hazard.
- Do not use the appliance if it is dropped or otherwise damaged or if the cord or plug are damaged. In the case of damage, take the appliance to an electrical repair shop for examination and repair if necessary.
- Never attempt to repair the appliance yourself. **This could cause an electric shock.**
- Do not allow the cord to hang over sharp edges and keep it well away from hot objects and naked flames. Remove the plug from the socket only by holding the plug.
- For extra protection it is possible to fit the electric household installation with a fault current breaker with a rated breaking current of not more than 30mA. Ask your electrician for advice.
- Make sure that there is no danger that the cord or extension cord may inadvertently be pulled or cause anyone to trip when in use.
- If an extension cord is used it must be suited to the power consumption of the appliance, otherwise overheating of the extension cord and/or plug may occur.
- This appliance is intended only for food preparation.
- Never leave the appliance unattended while it is in use.
- Children cannot recognise the dangers involved in the incorrect use of electrical appliances. Therefore never allow children to use household appliances without supervision.
- Always remove the plug from the socket when the appliance is not in use and each time before it is cleaned.
- **Danger!** Nominal voltage is still present in the appliance as long as the appliance is connected to the mains socket.
- Switch the appliance off before disconnecting from the mains.
- Never use the cord to carry the appliance.

## SPECIAL SAFETY INFORMATION

- **The unit heats up very quickly and cools down only very slowly. Watch out for splashing of fat and vapours during operation and even the grilling process! Touch it only at the handle.**
- Do not use any accessories that were not supplied with this unit!
- Do not place this unit next to hot devices (e.g. Next to a cooker or oven). There must also not be any inflammable objects (such as curtains) near the unit.
- **Caution:** The power cord must not touch the hot parts of the unit during operation!

## HEALTHIER GRILLING

- With this diet grill, you can prepare food much healthier than with earlier grill devices:  
⇒ The grill plate has been given a non-stick coating. It therefore requires very little or no oil for the grilling process.

## BEFORE FIRST USE

- Remove all packing material.
- Clean the unit and drawer before using it for the first time (see *CLEANING AND CARE*)
- There can be some smells when using it for the first time. Residues left over from the manufacturing process are being burned on the grill plate.

## OPERATION

- Prepare first the stuff to be grilled (clean, marinate, apply spices and, if necessary, a thin layer of oil or fat). Please let moist foodstuffs dry.
- **Caution:** First, place the stuff to be grilled and only then connect the mains plug with a plug point. Otherwise, the unit would heat up too much.
- This Healthy Grill has an **overheating protection**: If the device has heated up too much, it switches off automatically. The lamp in the thermostat goes off. In this case, pull out the mains plug and let the device cool down completely. Only then can you start the next grilling operation.
- Place the stuff to grill at the centre of the baking plate. Do not use any metallic or sharp-edged tools. These could damage the non-stick coating on the unit.
- Place the stuff to grill at the centre of the baking plate. Because the heating power is higher there.
- Plug the connector with thermostat into the appliance, then connect the main plug to a suitable socket.
- Turn the thermostat pass "0", the indicator lamp lights up, the baking plate begins to heat up.
- **Caution: The unit becomes very hot during operation! Touch it only at the handle.**
- You can terminate the grilling process any time by turning the thermostat to "0" or pulling out the mains plug.
- **Always pull out the mains plug, when the grilling operation is over.**

## ADVICE AND RECIPE IDEAS

### Meats

- Choose meats of even thickness and good quality.
  - Grill meat at room temperature; otherwise it will be tough.
  - To give more flavour, marinade your meat in a little oil or wine, or with a few herbs in alcohol. Remember these are the meats best suited to the cooking:
  - Beef: fillet steak, entrecote, rump, ribs.
  - Veal: scallops, chops.
  - Pork: pork-steaks, best end chops.
  - Mutton/Lamb: slices of leg-of-lamb, best end chops, neck end chops.
- Also: prick sausages, black pudding, so that they do not burst.

### Kebabs

- Cut the meat or the fish in 2-3 cm cubes.
  - Marinade in white wine(\*) and oil with herbs if meats or cured products and in oil and lemon-juice if fish.
- (\*) Notice:  
Alcohol is inflammable.  
The misuse of alcohol is bad for your health.

### Fish

- Slit the tops of mackerel and sea bream.

## CLEANING AND CARE

- **Before any cleaning, disconnect and let your Healthy Grill cool for half an hour minimum.**
- Empty the drawer and clean it.
- Use a piece of cloth moistened with water and cleaning medium for cleaning the housing.
- **Cleaning the baking plate:** First, remove the larger pieces of food such as burnt up cheese. Use only soft tools for cleaning, such as plastic or wooden spoons. Never use any baking oven sprays or other sharp, pointed or scouring cleaning media. You can then clean the baking plate with hot water and a cleaning medium. Do not use petrol or solvents!

## TECHNICAL DATA

Operating voltage	:	120V~60Hz
Power consumption	:	1250 Watt

**C**ontinental<sup>®</sup>  
E l e c t r i c

## MANUAL DEL USUARIO



**PARRILLA PARA ASAR**

**MODELO:  
CE29111**

Lea atentamente este manual antes de usar la parrilla de asados para garantizar el uso seguro y óptimo de la misma. Guárdelo para futuras consultas.

## INFORMACIÓN DE SEGURIDAD

- El aparato debe usarse únicamente para su función: cocción de alimentos. El daño causado por el uso incorrecto del mismo queda excluido de la garantía.
- Un uso inadecuado del aparato puede ocasionar daños al aparato y al usuario.
- Antes de conectar el aparato asegúrese de que el cable no se encuentra dañado. De ser así, póngase en contacto con su distribuidor o el servicio técnico autorizado, no intente arreglarlo usted mismo.
- No sumerja el aparato o el enchufe en el agua u otros líquidos. Si el aparato cayera accidentalmente en el agua desenchúfelo inmediatamente y haga que sea revisado por personal técnico autorizado antes de usarlo de nuevo. Si no sigue estas instrucciones pueden producirse descargas eléctricas.
- Nunca intente abrir la carcasa del aparato usted mismo.
- No introduzca ningún objeto dentro de la carcasa del aparato.
- No manipule el aparato ni el cable o el enchufe con las manos húmedas, sobre una superficie mojada o cuando el mismo aparato esté mojado.
- No toque el enchufe con las manos húmedas.
- Revise el cable y el enchufe periódicamente por si se hubiese dañado. Si éstos estuvieran dañados, deben ser sustituidos por el fabricante o una persona cualificada para evitar cualquier accidente.
- Trate siempre de alejarlo lo máximo posible del foco de calor del aparato cuando esté en funcionamiento, para evitar posibles daños.
- No use el aparato si éste se ha caído, dañado de cualquier otro modo o si el cable o el enchufe están deteriorados. En el caso que tenga cualquier daño, lleve el aparato a un servicio técnico para que lo examinen, y si es el caso, para que lo reparen.
- Nunca intente reparar el aparato usted mismo. Podría provocar descargas eléctricas.
- No permita que el cable quede suspendido sobre ángulos afilados y manténgalo también alejado de objetos calientes y llamas. Desconecte de la corriente tirando del enchufe, nunca del cable.
- Para obtener una protección extra, es posible adaptar la instalación el aparato eléctrico con un disyuntor de fallo de corriente con un ratio de corriente discontinua no superior a 30mA. Pregunte a su electricista para que le aconseje.
- Asegúrese de que el cable, o la extensión de la cable, no pase inadvertido para evitar tirones o que alguien tropiece cuando se esté usando.
- Si se una extensión del cable ésta debe adaptarse al consumo de potencia del aparato, de lo contrario se puede producir un sobrecalentamiento del extensión del cable y/o del enchufe.
- Este aparato se entiende solo para la preparación de alimentos.
- Nunca deje el aparato desatendido mientras lo esté usando.
- Lo niños no saben reconocer el peligro que conlleva un uso inapropiado de los aparatos eléctricos. Por esta razón nunca permita a los niños que utilicen aparatos eléctricos sin la supervisión de un adulto.

- Desenchufe siempre el aparato cuando no lo esté utilizando y antes de su limpieza.
- **Peligro!** El voltaje nominal está todavía presente en el aparato mientras éste está enchufado a la red.
- Apague el aparato con el interruptor antes de desenchufarlo.
- Nunca use el cable para transportar el aparato

### INFORMACIÓN ESPECIAL DE SEGURIDAD

- La plancha de asar se calienta a gran velocidad pero se enfría lentamente gracias a la calidad del teflón que ayuda a mantener la plancha caliente para conservar la temperatura de los alimentos. Tenga cuidado de las salpicaduras de grasa y vapores durante el funcionamiento de la plancha e incluso de la parrilla. Siempre que utilice la plancha, cójala siempre de las asas. No toque la superficie de la misma hasta pasadas dos horas desde que la apagó.
- No use ningún accesorio ajeno a este aparato.
- Manténgalo alejado de otros electrodomésticos que emitan calor (p.e. cerca de una cocina u horno). Tampoco deben haber cerca objetos inflamables (p.e. cortinas)
- **Precaución:** El cable no debe nunca tocar las partes calientes de la unidad mientras esté en funcionamiento.

### COCINAR MÁS SANO

- Con esta plancha de asados, usted podrá preparar los alimentos de una forma más saludable respecto a las antiguas planchas de asados.
- La parrilla ha sido realizada con una capa antiadherente. Por lo que requiere muy poco o nada de aceite para la cocción de los alimentos.
- La grasa que los alimentos despiden durante la cocción van a parar al cajón recoge grasas a través de las aperturas.

### ANTES DEL PRIMER USO

- Saque todos los elementos de la caja (bolsa).
- Limpie cuidadosamente la unidad y el cajón antes de usarlo la primera vez (ver LIMPIEZA Y CUIDADO).
- Puede que al principio la plancha desprenda un ligero olor. Esto se debe a que algunos residuos que restan durante el proceso de manufacturación se están quemando sobre la plancha.

### FUNCIONAMIENTO

- Le recomendamos que prepare los alimentos antes de utilizar la plancha de asar (limpiar, marinar, añadir especias y si es necesario una fina capa de aceite o manteca). Por favor, elimine la humedad sobrante de los alimentos.
- **Precaución:** primero, coloque los alimentos que vayan a cocinarse y luego después enchufe la unidad a la corriente. De lo contrario, la unidad podría calentarse demasiado.
- Esta plancha de asados posee una protección por sobrecalentamiento: si el aparato se ha calentado demasiado, se apaga automáticamente. La luz del termostato se apaga. En este caso, desenchufe y deje que el aparato se enfríe completamente. A continuación usted podrá continuar utilizando su plancha de asados.
- No use accesorios metálicos para manipular los alimentos ya que pueden deteriorar la capa antiadherente. Puede utilizar instrumentos de madera o cualquier otro material

que no dañe la plancha como el plástico.

- Coloque los alimentos en el centro del plato de cocción, ya que en esa zona es donde hay una mayor concentración del calor.
- Primero enchufe el conector al termostato en el aparato, después conecte el enchufe a la corriente.
- Gire el termostato al nivel “ 0 ”, la luz de indicación se encenderá y la temperatura del plato de cocción comenzará a aumentar.
- Precaución: la unidad se calentará mucho durante su funcionamiento! Toque solo las asas.
- Usted puede finalizar la cocción en cualquier momento girando el termostato a “ 0 ” o desenchufando la unidad de la corriente.
- Desenchufe siempre una vez haya finalizado.

## CONSEJOS Y RECETAS

### Carnes

- Elija carnes del mismo grosor y de buena calidad.
- Ase la carne a temperatura ambiente; de lo contrario puede endurecerse.
- Para que sea más sabrosa, adobe la carne con un poco de aceite o vino, o con hierbas. Recuerde que las siguientes carnes son las más adecuadas para asar:
- *Vaca*: filete, entrecot, cuarto trasero, costillas.
- *Ternera*: escalope, chuletas
- *Cerdo*: filetes, chuletas.
- *Oveja/Cordero*: pierna de cordero en tajadas, chuletas

También: salchichas, morcilla, chorizo, así como aquellos alimentos que no se quemen.

### Brochetas

- Corte la carne o el pescado en cubitos de 2-3 cm.
- Adobe con vino blanco (\*) y aceite con hierbas si son carnes o productos curados y en aceite y zumo de limón si es pescado.

(\*) Nota:

El alcohol es inflamable.

El abuso del alcohol es perjudicial para su salud.

### Pescado

- Realice pequeños cortes en la parte superior de la caballa y de la dorada.

## LIMPIEZA Y CUIDADO

- Antes de la limpieza, desconecte la plancha de asar y deje que se enfríe (una hora y media como mínimo).
- Vacíe el cajón, retírelo de la base y a continuación, límpielo.
- Para su limpieza utilice un trapo humedecido con agua. En caso de limpieza difícil le recomendamos el uso de espátulas o utensilios no metálicos. Tenga cuidado de que el agua no toque los elementos eléctricos. Si ha cocinado pescado es aconsejable limpiar la plancha con un poco de vinagre.

## DATOS TÉCNICOS

Voltaje: 120V 60Hz

Potencia: 1250 W.